



MICROCIRURGIA / CIRURGIA ENDOSCÓPICA DAS RINOSSINUSITES

1. Descrição do ato clínico

A intervenção tem como finalidade curar ou melhorar a inflamação crónica das fossas nasais e seios peri nasais, relacionadas com sinusite/obstrução nasal.

2. Cuidados pré-operatórios

- Consulta de anestesia.
- Dieta/jejum (de acordo com a indicação do anestesiológico).
- Exames/Medicação do domicílio – levar para o hospital; certifique-se se haverá medicamentos que deve suspender antes da intervenção.
- Antes de ir para o bloco operatório deve retirar próteses (dentária, ocular), adornos e colocar meias elásticas.

3. Cuidados pós-operatórios (imediatos)

- Manter repouso no leito, até indicação clínica.
- Não retirar meias elásticas, estas devem ser mantidas até ao 1º levante.
- Manter a cabeceira elevada no mínimo a 45º.
- Evitar assoar o nariz.
- Quando tossir e/ou espirrar deverá tentar fazê-lo com a boca aberta.
- Movimentar as pernas e os pés de 2 em 2 horas e até fazer o 1º levante.
- Dieta semilíquida fria (6h/8h após a cirurgia) – alimentos líquidos (chá, leite, iogurtes, sumos) ou semilíquidos/pastosos (gelatina, gelados,



iogurtes, papas/purés de fruta, caldos/sopa passada) gelados, frios ou ao natural.

4. Cuidados pós alta (domicílio)

- É importante que providencie a presença de um acompanhante/familiar no momento da alta e para apoio no pós-operatório.
- Aumentar a ingestão de líquidos, principalmente água.
- Manter alimentação líquida e mole (iogurtes, sumos naturais, sem gás, batidos, gelatinas, fruta bem cozida, ovos mexidos, sopa onde pode adicionar carne ou peixe e passar tudo com a varinha mágica), evitando alimentos quentes, duros e ásperos (ex. torradas, bolachas, batatas fritas, frutos secos) até indicação médica.
- Habitualmente a partir da 2ª semana poderá alimentar-se de comida mole e morna como esparguete com carne picada, empadão, puré ou arroz com carne tenra e desfiada.
- Quando tossir e/ou espirrar deverá tentar fazê-lo com a boca aberta.
- Evitar assoar o nariz.
- Se houver indicação médica, fazer lavagens nasais.
- Evitar baixar a cabeça abaixo dos ombros.
- Evitar atividade física intensa até indicação médica.
- Evitar proximidade de fontes de calor.
- Retomar a medicação habitual de acordo com indicação médica.
- Contactar o médico ou recorrer ao hospital em caso de alterações na visão, hemorragia, dificuldade respiratória, febre (superior a 38º) ou dor intensa que não ceda a medicação.



- Não faltar à consulta de pós-operatório.